

2013年2月4日

報道関係者各位

※マーケティングリサーチ

『20代女性の「肌」に関する調査』



## 20代女性の「肌」の自己評価、平均点はわずか51点・・・

### 2大悩みは「毛穴」と「乾燥」

### 肌対策の注目アイテムは「りんご」!

### 「腐らないリンゴ」で再注目・・・専門家が語る「りんご」の美容効果

生活者の意識・実態に関する調査をおこなうトレンド総研(東京都渋谷区)は、現代の若い女性たちの「肌」の状態を知るため、20～29歳の女性500名に対して、「肌」に関する調査をおこないました。今回の調査により、20代女性たちの多くが、「毛穴」や「乾燥」をはじめとした、肌の悩みを抱えていることが分かりました。

また、本調査の結果をもとに、美容ジャーナリストの城後紗織氏に、若い女性でも肌に悩みを抱えている人が多い背景や、肌トラブルを解決する上でおすすめのアイテム・成分などをお伺いしました。

※調査実施期間:2012年12月12日～14日 調査対象:20～29歳 女性500名 調査方法:インターネット 調査機関:楽チリサーチ株式会社

#### ■ 「肌に自信がある」20代女性は3割未満・・・気になる肌トラブルは「毛穴」と「乾燥」

近年、年齢が若くても、肌に悩みを抱える女性が増えています。今回の調査では、20代の女性500名に、自身の「肌」の状態について質問をおこないました。

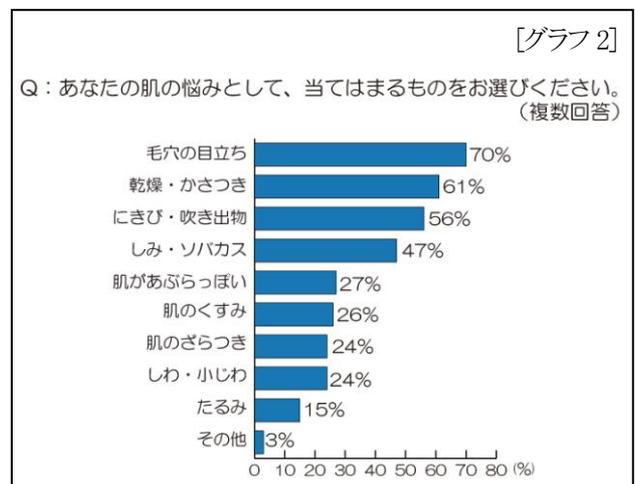
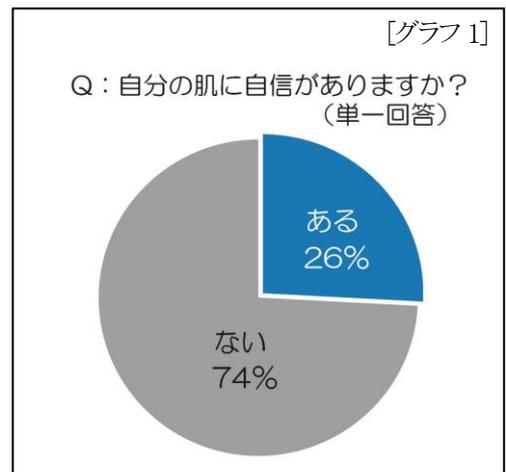
まず、「自分の肌に自信がありますか?」と質問したところ、「**自信がある**」と回答した女性は26%で、**わずか3割未満という結果に**。[グラフ1] また、「自分の肌に点数をつけるとしたら何点くらいだと思いますか?」と聞くと、**平均点はわずか51点となりました**。20代という若い年齢にもかかわらず、女性たちの肌に対する自己評価は、決して高いとは言えないようです。

続いて、「現在、肌の悩みがありますか?」と聞いたところ、81%と大多数が「**ある**」と回答。**具体的な悩みとしては、「毛穴の目立ち」(70%)、「乾燥・かさつき」(61%)**が特に多く、

以下、「**にきび・吹き出物**」(56%)、「**しみ・ソバカス**」(47%)、「**肌があぶらっぽい**」(27%)、「**肌のくすみ**」(26%)と続きました。[グラフ2] 「毛穴」や「乾燥」をはじめ、さまざまな肌トラブルを気にしている女性たちの様子がうかがえます。

それでは、これらの悩みに対して、女性たちはどのような対処をしているのでしょうか。はじめに、「肌の悩みに対して、対策やケアをしていますか?」と聞いたところ、**70%の女性が「している」と回答**。具体的な対策方法としては、「**化粧水を使っている**」(93%)、「**洗顔フォームを使っている**」(76%)、「**十分な睡眠をとるようにしている**」(46%)、「**バランスの良い食事を心がけている**」(37%)などが上位にあがりました。しかし一方で、

**「自分の肌にあった対策やケアができていますか?」**と聞くと、「**思う**」と回答した女性は**65%にとどまりました**。残る3人に1人については、自分にあったケアができていない状況のようです。



## ■ 美容ジャーナリスト・城後紗織氏に聞く、肌対策の注目アイテムは「りんご」! ?

それでは、女性たちはこのような肌の悩みとどのように向き合えばよいのでしょうか。美容ジャーナリストの城後紗織さんにお話を伺いました。

### ◆現代の20代女性の「肌の状態」について、傾向をお聞かせください。

現代社会は、紫外線や大気汚染、エアコンなどの影響で、肌が乱れやすい環境にあります。さらに20代の女性となると、仕事が忙しく、食生活が偏ったり、睡眠時間が十分にとれなかったり、という人も多いと思われます。また、長時間フルメイクのままにいる人も多いと思いますが、ファンデーションをはじめとしたコスメは油分できていますので、時間が経ってそれらが酸化してしまうと、肌への負担の一因になります。さらに、ストレスや喫煙も、美肌に欠かせないビタミンCが壊れる原因になります。もちろん、これらに対応するスキンケアアイテムなども充実しているとは思いますが、今回の調査でも、3人に1人が「肌にあった対策ができていない」と回答している通り、近年は、美容に関する情報が溢れていて、かえって何をしたらいいか迷ってしまっている女性も多いかもしれません。



城後紗織

じょうご・さおり

美容ジャーナリスト。All About「化粧品・時短美容」ガイド。東京・原宿でイメージアップサロン「Mulan」を主宰。メイクレッスンやビューティーセミナー、各種メディアへの出演を通じて美容法のアドバイスを行っている。著書に「時短メイク beauty」(KKベストセラーズ)。

### ◆若い女性の肌トラブルを解決する上で、おすすめのものをお聞かせください。

最近、あらためて注目しているのが「りんご」です。若い女性の中には、意外に思われる方もいらっしゃるかもしれませんが、実は「りんご」は古くから美容に効果的な食べ物とされているのです。

そんな「りんご」が、最近再び注目を集めるようになったのは、『リンゴ果実培養細胞エキス』という成分がきっかけです。これは、スイス産の「ウトビラー・スパトラウバー」という品種のりんごを培養したエキスなのですが、なんとこのりんごには、収穫後4カ月経っても新鮮な状態を維持するという特長があり、現在、「腐らないりんご」として話題になっています。もともと「幹細胞コスメ」は、現在の美容トレンドの1つでしたが、その中でも「腐らないりんご」から抽出した『リンゴ果実培養細胞エキス』は、幹細胞の寿命を延ばしてくれる成分として、美容業界で今非常に大きな注目を集めています。

### ◆りんごの具体的な美容効果について教えてください。

また、「腐らないりんご」に限らず、そもそも「りんご」自体、さまざまな美容効果が期待できる食材です。

まず「食べる」場合ですが、りんごに含まれるペクチン(不溶性食物繊維)の働きにより、お通じをよくする効果が期待できるほか、カルウムも豊富に含まれていますので、むくみがちな人にもおすすめです。また、りんごに含まれるポリフェノールには、しみやしわの原因になる活性酸素をおさえる働きがあります。ちなみに、りんごポリフェノールは皮の部分に多く含まれていること、加熱することでペクチンの働きが高まることなどから、皮ごと焼いて「焼きりんご」として食べるのがおすすめです。

さらに、最近では、りんごの美容効果に着目したスキンケア製品が多数登場していますので、食べるだけでなく、「スキンケア」に取り入れるのもおすすめです。例えば、りんごなどに代表されるフルーツの中にはフルーツ酸とも呼ばれる「AHA」という成分が含まれています。中でも、りんごに含まれるAHAには、皮膚の一番上の角質層の結合力を弱め、角質層を薄くする作用があると言われてしています。りんご由来のAHAを使用することで、天然由来の成分が、やさしく古い角質を落とす、ピーリングのような働きをしてくれるため、ターンオーバーを促進し、すべすべのお肌に導いてくれることが期待できます。今回の調査でも特に多かった「毛穴の開き・目立ち」に悩んでいる人にとっては、特におすすめです。

また、美肌に欠かせない成分と言えば「ビタミンC」ですが、りんごに含まれるビタミンCは、時間が経っても加熱しても壊れにくいという特長があります。ビタミンCを補うことは、肌のターンオーバーの正常化を促し、乾燥に負けない肌をつくることにつながります。

自分の肌にあったケアが出来ていないと悩んでいる女性の方は、ぜひ一度「りんご」の美容効果に着目し、普段の食生活やスキンケアに取り入れてみてはいかがでしょうか。

### ■このリリースに関するお問い合わせや取材、資料ご希望の方は下記までご連絡ください■

トレンド総研 <http://www.trendsoken.com/> 担当: 山口 TEL: 03-5774-8871 / FAX: 03-5774-8872 / mail: info@trendsoken.com

～トレンド総研の「マーケティングリサーチ」とは～

トレンド総研の「マーケティングリサーチ」は、クライアントの依頼のもと、市場における生活者の意識・実態に関する調査を行っています。また、調査結果にもとづき、各業界におけるトレンドの予測・分析、トレンド商品の人気の背景などに関する情報を発信し、企業と生活者のコミュニケーションを後押しすることにより、経済の活性化を目指します。